

# Rencontre avec Sraddhalu Ranade



*Sraddhalu Ranade est un scientifique et un éducateur, homme de lettres résidant à l'ashram de Sri Aurobindo à Pondichéry en Inde. Il travaille dans de nombreux domaines tels que l'éducation intégrale, le management par la conscience, le développement personnel, la culture indienne, la science et la spiritualité ainsi que le Yoga Intégral. Il nous prépare intérieurement à servir un idéal supérieur, à travers conférences, ateliers et stages.*

*Anoula Sifonios* : De façon générale, voici les thèmes dont j'aimerais parler avec vous : Qu'est-ce que s'éveiller à sa nature véritable ? Qu'est-ce que cela signifie de suivre un chemin spirituel et quel en est le but ? Certains diraient qu'il s'agit de *moksha*, la libération ; en Occident, on parle plus volontiers d'« éveil ». Les filtres de notre mental conditionné disparaissent d'une certaine façon et un mental supérieur apparaît. Mais est-ce que l'éveil se situe encore au-delà du mental supérieur ? Que dit Sri Aurobindo sur ces sujets ? Je sais qu'il a eu des réalisations rares sur le but spirituel de la vie.

*Sraddhalu Ranade* : Sri Aurobindo répond à ces questions dans le contexte de l'évolution globale. Les être humains représentent le sommet de l'évolution sur terre, mais n'en sont pas la fin. De la même façon que la vie surgit de la matière et que le mental surgit de la vie, du mental doit surgir un pas de plus qui est une conscience encore plus élevée. Quelle serait donc la preuve qu'une telle conscience existe ? Lorsqu'on observe la nature de la réalité, elle n'est pas seulement matérielle. Elle contient de l'énergie, de la force vitale. Et plus qu'une force vitale, elle contient une organisation intelligente. On peut le voir dans la nature, dans la manière où les choses se passent, dans les lois de la physique ; on y trouve une logique, une formule. Mais certaines choses sont au-delà de toute rationalité. La réalité n'est pas purement rationnelle. Elle comprend le rationnel, mais la réalité transcende ce rationnel. Ce qui forme l'univers n'est pas logique pure. Cela se trouve au-delà de la logique ; cela *emploie* la logique. Ainsi, il doit y avoir une conscience qui est au-delà du rationnel, et qui est aussi la conscience par laquelle l'univers tout entier a été conçu et formé.

L'évolution humaine est donc incomplète jusqu'à ce qu'elle rejoigne cette conscience. Voici le raisonnement bref : pourquoi devrait-il exister quelque chose de plus élevé ? Donc, ce que nous voyons maintenant est en réalité un passage qui forme une sorte de

crise, une crise évolutionnaire. Nous avons repoussé l'esprit rationnel le plus loin possible afin de répondre aux problèmes de la vie. Cet esprit rationnel a accompli des découvertes merveilleuses, créé des organisations incroyables, mais tout cela n'a pas pu résoudre les véritables problèmes existentiels. Nous avons des idéaux et rêvons d'une société parfaite, mais nous ne pouvons le faire avec des règles, des lois et des réglementations. En réalité, le fait est que plus nous inventons de règles, et plus la vie devient suffocante. Il nous faut dès lors un principe organisationnel nouveau, qui n'est pas rationnel, mais qui permet la liberté, tout en organisant de manière fluide, libre, et même intuitive.

Sri Aurobindo remarque, en observant cette crise de l'intellect, que ce dernier s'est avéré insuffisant. Toutes ses promesses ont failli. Il explique comment dans le cycle de l'évolution, il y aurait un mouvement vers l'intérieur, une tentative de trouver une vérité plus profonde. Spontanément, nous trouvons aujourd'hui une pensée postmoderne, transmoderne qui entre dans une phase de subjectivité dans le but de trouver ce qui est vrai en nous et afin de pouvoir l'exprimer de plus en plus. Et lorsque cela se manifeste, nous assistons à une transition à un nouveau niveau d'organisation, un nouveau niveau d'expression, un nouveau niveau de vie.

Nous parcourons pendant de nombreuses marches intermédiaires avant d'atteindre cette conscience qui est le pouvoir de création de l'univers. Lorsque nous nous unissons avec cela, nous pouvons dire que notre évolution est complète, car nous avons alors retrouvé notre origine.

Une autre idée importante est qu'à travers chaque étape de la conscience ascendante, notre perspective de l'univers et de la réalité est en ascension également. Lorsque la conscience est comme une pierre, on ne peut connaître l'univers que d'une manière réduite. En tant que ver, on ne peut connaître que de façon très limitée. En tant qu'animal à quatre pattes, on commence à appréhender l'expérience de l'univers différemment. En tant qu'humain, on n'expérimente pas seulement ce que vivent les animaux ; on expérimente des visions, des concepts, des vues, des pensées, des prévisions. Vous pouvez visualiser le futur qui n'existe pas et ensuite travailler à son organisation et son expression.

Avec nos technologies, nous avons amplifié nos sens qui peuvent voir l'infrarouge, l'ultraviolet, les ondes radio, etc. Nos sens ont donc pu être amplifiés par le pouvoir de du mental. De la même manière, lorsque nous nous élevons du mental à quelque chose de plus grand, notre perception de l'univers se voit changée. Nous voyons les choses différemment, nous connaissons les choses de manière différente. Le pouvoir de cognition est également différent.

*Sraddhalu Ranade* : L'esprit rationnel voit par fragments. Un fragment à la fois, il sépare et réunit, analyse et synthétise, afin de pouvoir comprendre et faire sens de la réalité. Mais cette cognition plus élevée voit directement par l'identité ; elle n'a pas besoin de disséquer. L'esprit rationnel, parce qu'il ne peut que gérer par morceaux, ne peut connaître que le fini, il ne peut connaître l'infini. Lorsqu'il fait face à l'infini, il est abasourdi, il s'efface, il ne peut pas gérer. Il devient comme étourdi. Mais cette conscience supérieure est infinie et peut donc connaître l'infini et expérimenter l'infini comme nous connaissons le fini de façon familière. Avec sa cognition, elle connaît par identité<sup>1</sup>, non pas par observation et analyse. Elle connaît les choses en elles-mêmes, dans leur infinité et dans leur unité sous-jacente. Tout ce qui est vu et connu est connu

---

<sup>1</sup> C'est-à-dire par essence (NdT).

dans la parfaite continuité avec la totalité de l'univers. Il n'y a pas de sens de séparation et de dissection. Cette conscience est ce que les *rishis* védiques décrivaient comme la vérité, le juste, la vastitude, *satyam, ekam, brihat*. Ils se réfèrent au *vijñānam*, que nous identifions à l'intellect dans l'usage moderne. Mais *vijñānam* est décrit comme la vérité, le juste et la vastitude, et ne décrit pas l'intellect. C'est la description de quelque chose de bien plus grand.

*Anoula Sifonios* : Ce mot, *vijñānam*, a été très faussement traduit et employé. Selon les différents systèmes, ce mot contient différents sens. Nous avons compris que *vijñānam* est une forme de champ d'information où l'on peut obtenir une information sans passer par l'analyse.

*Sraddhalu Ranade* : Oui. Il y a une connaissance spontanée, mais la nature de la cognition n'est pas d'obtenir une information. C'est expérimental dans l'identité et la totalité. A cause des conflits reliés à ce terme, Sri Aurobindo parle de « supramental »<sup>2</sup> pour décrire cette conscience, afin qu'il n'y ait plus de malentendu.

A.S. : Donc le supramental et *vijñānam* sont une et même chose ? Je pense qu'on met le doigt sur quelque chose d'important, car nous connaissons les deux mots mais ne les avons jamais mis en corrélation.

S.R. : Oui, mais le *vijñānam* dans le sens védique du terme, pas dans le sens actuel.

A.S. : Puis-je poser une question ?

S.R. : Bien entendu.

A.S. : Je crois que nous comprenons parfaitement ce qui a été dit. Mais nous sommes si conditionnés, du fait que ce mental inférieur est tellement persistant. Quel est alors le chemin ? Doit-on se désidentifier de ce mental rationnel et partial afin d'avoir accès à cette nouvelle cognition ?

S.R. : Absolument.

A.S. : Et comment faire ? Est-ce connecté à *nirodha* comme le dit Patañjali, l'esprit silencieux ? L'esprit rationnel doit d'abord être silencieux ?

S.R. : Oui c'est en lien à cela. Mais disons-le autrement ; je vais élargir la portée de la question. La méthode qui nous permet d'évoluer consciemment vers une conscience supérieure, la connaissance de ce processus ainsi que la technologie par laquelle nous développons la conscience s'appelle *yoga*. Ce mot a lui aussi été fortement incompris et employé improprement comme de simples exercices. Mais dans le sens intégral de ce dernier, c'est tout un ensemble de connaissances qui a fait l'objet d'expérimentations, et qui a été développé, raffiné et perfectionné par les *rishis* sur des millénaires, en Inde dans une grande mesure, mais aussi dans d'autres parties du monde. La connaissance a cependant mieux été préservée en Inde, où elle a été organisée et exprimée.

---

<sup>2</sup> « Supermind » en anglais, langue originale de l'entretien.

Parce que la nature humaine est si diversifiée, et que chacun a des tendances et besoins distincts, la connaissance du *yoga* s'est élargie afin de pouvoir inclure tout le genre humain avec ses variations. En conséquence, il existe de nombreuses méthodes à l'intérieur même du corps du yoga. Sri Aurobindo a réorganisé cette connaissance des différentes méthodes afin de les faire converger en un tout cohérent afin de démontrer qu'il n'y a qu'un mouvement qui exprime des facettes différentes, et qui correspond au sens complet de yoga.

Et c'est le présent fait à l'humanité, et qui dans le futur libérera l'humanité de la connaissance et de l'intellect vers une conscience supérieure. Peut-être qu'une des pratiques préliminaires, dans la plupart des traditions, est d'enseigner à l'esprit à devenir silencieux, afin de permettre à quelque chose de supérieur de commencer à agir de manière plus directe. Ensuite, il y a d'autres pratiques qui comprennent une intériorisation et une ascension de la conscience, une ouverture de la conscience, l'auto-examen, l'abandon de soi<sup>3</sup>, etc. Mais rendre le mental silencieux est une des pratiques les plus élémentaires.

J.V.: Est-ce que cette conscience agit par elle-même lorsqu'il y a assez d'espace, ou y a-t-il un mouvement de l'humain aussi ?

S.R.: Oui, les deux sont nécessaires. Lorsque vous voyez un singe et que vous imaginez comment un singe pourrait faire pour penser comme un être humain, vous réalisez en premier lieu que le singe va dicter à son mental d'aller vers la raison, mais il luttera toujours avec son inaptitude. Mais petit à petit, il pourra développer des capacités. S'il parvient à se rendre attentif, le reste du processus devient plus facile.

Nous commençons par cette idée que la conscience existe déjà dans le cosmos, car autrement elle ne saurait être exprimée. Une autre part existe en nous, mais elle ne peut être organisée de la même manière que l'esprit rationnel le fait. Alors, lorsque nous rendons notre esprit silencieux et nous ouvrons à la conscience avec l'intention et l'aspiration qui y sont reliées, alors quelque chose de son influence commence déjà à agir dans notre esprit. Nous pouvons ensuite consciemment développer la capacité de l'esprit à organiser son pouvoir et ses facultés en nous. Il y a un mouvement bidirectionnel : un effort de l'intérieur et l'accueil de quelque chose de plus vaste que lui et qui s'organise spontanément.

J.V. : Y a-t-il un moment où le mouvement humain cesse ?

S.R. : Oui.

A.S. : Alors il n'y a que conscience divine.

S.R. : Oui. Initialement, la façon dont Sri Aurobindo le décrit, nous devons fournir un effort car il y a tant de choses en nous qui s'opposent et qui résistent par habitude. L'effort pour surpasser notre résistance intérieure est donc nécessaire. Mais ensuite, lorsque notre effort s'offre progressivement à la conscience supérieure, divine, elle le remplit et agit à travers cet effort. De manière progressive, nos efforts personnels deviennent moins importants. Il y a une sorte de transition graduelle jusqu'à ce que, finalement, nous n'acceptons et ne participions plus qu'à l'action qui prend source dans

---

<sup>3</sup> Au sens de s'en remettre à une instance supérieure.

le Divin et qui travaille à travers la volonté divine directement. Mais ceci correspond à une culmination. A la base, l'effort personnel est essentiel.

A.S. : Cela signifie que nous ne devrions pas tenter d'être trop rapidement dans cet état ; il viendra naturellement lorsque c'est juste. Je suis tout à fait convaincue de ce que vous dites, mais parfois il y a cette querelle entre la grâce et l'effort. Certains disent qu'il ne s'agit que de grâce et quelque part c'est aussi vrai. Nous donnons trop d'importance de l'effort.

S.R. : Les deux sont justes. La grâce ne peut agir directement à moins d'une implication personnelle et une acceptation de l'effort. La disponibilité à recevoir la grâce est l'effort qui doit être mis, c'est la priorité. Même l'appel, le fait d'invoquer la grâce est un effort que nous devons mettre. Mais lorsque la grâce agit, si nous ne sommes pas prêts, son effet ne sera que moindre ou impermanent. Elle peut arriver, agir sur nous, mais son effet peut être éphémère. Notre effort prépare donc la base fertile pour que lorsque la pluie tombe, tout puisse fleurir.

A.S. : Très souvent, la spiritualité concerne la recherche de sa nature divine, mais est-ce que cela s'arrête là ?

S.R. : Sri Aurobindo fait la distinction entre les objectifs du yoga et les objectifs présents que les systèmes yogiques ont mis en place. A l'heure actuelle, dans la plupart des systèmes tels qu'ils survivent aujourd'hui, le but est de sortir et d'entrer dans une liberté personnelle de conscience. Je réalise mon « moi » véritable et je suis libéré. Mais lorsque cela arrive, qu'arrive-t-il au monde ? Il reste tel qu'il est. Rien ne change. Parce que je suis libéré intérieurement ne signifie pas que j'exprime quoi que ce soit de divin dans mon comportement. Il y a de grands yogis qui ont atteint la libération mais qui restent abusifs, petits et grossiers dans leur comportement, car leur nature humaine est intouchée, et ils ne s'en préoccupent pas.

A.S. : Peut-on alors déclarer qu'ils sont libérés ?

S.R. : Eh bien, leur conscience est libérée et cela correspond à leur objectif. Ils ne se préoccupent pas de ce qui arrive à leur nature, car même leur corps sera abandonné. Sri Aurobindo parle alors de réalisation partielle, car dans une perspective plus large, la nature est elle aussi une manifestation du Divin. Tout comme l'âme individuelle doit être libérée dans son *âtman*<sup>4</sup> divin, la nature doit aussi être libérée dans sa nature véritable. Il y a donc un double mouvement de libération, qui implique non seulement d'être libéré dans sa conscience pure, mais aussi dans sa nature tout entière - qui comprend mon esprit, ma vie, et mon corps - qui doit aussi être libérée dans son équivalent divin. C'est ensuite que ma conscience libérée et ma nature libérée peuvent manifester la divinité dans la vie.

Ainsi donc Sri Aurobindo déclare clairement que le but du yoga est la réalisation et la manifestation de la conscience divine, impliquant que la libération de notre nature doit passer par un processus de transformation vers son potentiel divin équivalent. Il y a donc une transformation de la nature puisqu'il y a une transformation de l'âme.

---

<sup>4</sup> « Soi véritable, étincelle divine ».

Les deux doivent se soutenir mutuellement. C'est quelque chose qui est articulé dans les *Veda* ; cela est suggéré dans les *Upanishads* anciennes, mais cela s'est ensuite perdu. La nature a ensuite été vue comme quelque chose du domaine de l'ignorance, de la souffrance, et qui doit être abandonnée car on ne peut rien en faire. Mais Sri Aurobindo déclare que la nature est aussi le pouvoir du Divin et qu'elle doit être transformée en divinité. Cela ne ferait aucun sens d'avoir un univers dans lequel le but essentiel serait de s'en extraire. Nous nous retrouvons ici car nous voulons ramener la conscience et la manifester. L'univers en soi est voué à devenir le corps de Dieu et à manifester la divinité à travers la forme, la vie. Nous nous trouvons entre deux étapes de l'évolution de l'univers, et ce que nous voyons est un univers à moitié formé et incomplet. Il est donc désordonné, plein de souffrance, etc. Mais si nous continuons notre évolution, ce qu'un être humain est supposé faire, nous allons alors manifester et compléter cette évolution. Dieu sera révélé dans la vie.

A.S. : Est-ce que ces deux mouvements arrivent au même moment, dans le sens que nous nous élevons vers le Divin et que le Divin descend, ou s'agit-il de différentes étapes ?

S.R. : Ils se produisent en même temps. D'une part, nous nous ouvrons à la conscience divine, nous fournissons des efforts afin de nous libérer du passé et des habitudes animales relatives à notre nature et à développer dans notre nature un plus grand raffinement, une plus grande conscience, une plus grande plasticité. D'autre part, la conscience divine descend afin de remplir le vaisseau purifié et elle le moule de l'intérieur afin d'en faire une image de Dieu, si l'on peut employer ce vocabulaire. Donc l'être humain s'élève et la conscience divine descend, et c'est à travers cet échange mutuel que la transformation complète et la divinisation peuvent avoir lieu. Cette idée, une fois de plus, est décrite dans les *Veda*. Mais dans le développement plus tardif de la tradition, cela a été graduellement perdu. Le concept de la « descente de la conscience » a été petit à petit oublié.

A.S. : Et il ne reste que cette idée de s'élever.

S.R. : Oui. S'élever et s'extraire du monde est un but qui a perduré au fil du temps.

A.S. : Plus tard, dans certains textes tantriques, nous trouvons les deux mots *adah kundalinî* et *urdhva kundalinî*<sup>5</sup> : est-ce cela ? La *kundalinî* n'allant pas seulement vers le haut, mais aussi vers le bas ?

S.R. : C'est lié à cela. Comme l'article Sri Aurobindo, il y a la *kundalinî* individuelle à la base de la colonne vertébrale qui se réveille et s'élève afin de s'unir avec la *kundalinî* cosmique qui est en haut, et qui est déjà libérée. Mais d'un autre côté, la *kundalinî* cosmique descend depuis le haut dans la nature humaine et purifie, libère et transforme. Ces deux mouvements ne se produisent pas forcément l'un après l'autre ; ils peuvent se produire en alternance par mouvements brefs afin de se soutenir mutuellement, jusqu'à ce qu'il y ait une purification et une libération complète. Dans la pratique particulière du yoga que Sri Aurobindo a formulé et appelé « yoga intégral », où ceci est l'objectif, l'ascension de la *kundalinî* se produit dans un éveil partiel, auquel fait suite la descente de la *Shakti* divine, suivi encore par un éveil partiel

---

<sup>5</sup> *Adah* signifie « vers le bas », et *urdhva* « vers le haut ». *Kundalinî* est le pouvoir de la *Shakti*, une manifestation spirituelle du *prâna*. Souvent ils sont décrits comme étant enroulés dans le premier *chakra*.

venant d'en bas et une plus importante descente depuis le haut. Les deux mouvements continuent ainsi, jusqu'à ce que finalement la conscience descendante purifie et ouvre les chakras afin que la *kundalinî* ascendante puisse s'élever fluidement sans les problèmes normalement associés au kundalinî-yoga et d'autres pratiques.

Dans cette pratique, les *chakra* s'ouvrent de haut en bas d'abord, non pas de bas en haut. Les *chakra* du haut sont la partie en nous qui est plus consciente, plus réceptive. C'est la pouvoir descendant de la *Shakti* divine qui ouvre les chakras, les purifie et les prépare à l'élévation finale de la *kundalinî* depuis le bas.

J.V. : Lorsque cela se produit, que s'est-il passé chez l'être humain juste avant pour en faire un terreau fertile ? Car aussi longtemps que je me perds dans des états mentaux et que je pense à mon travail ou mes affaires etc., rien ne se passe. Encore une fois, est-ce l'état de *nirodha*<sup>6</sup> qui est nécessaire ?

S.R. : Oui, il y a plusieurs pratiques que l'on peut employer comme point de départ. Au final elles se rejoignent toutes. Dans la manière dont Sri Aurobindo formule le yoga intégral, il y a à la base ce qu'on nomme le triple chemin : karma-yoga, bhakti-yoga, jñâna-yoga, dont chacun prend comme point de départ notre nature, mais les trois s'unissent au final afin de transformer toute notre nature vers Dieu. A travers le karma-yoga, toutes nos activités quotidiennes et les actions de la volonté sont tournées vers le Divin. A travers le bhakti-yoga, notre cœur, notre être émotionnel est tourné vers le Divin. A travers le jñâna-yoga, l'esprit est tourné vers le Divin. Au final, qu'importe le point de départ, les trois convergent les uns dans les autres et la nature tout entière est tournée vers le Divin. C'est un aspect.

L'autre aspect est la pratique de la conscience, de qui vous êtes, *qui* pratique le yoga. Si c'est le « je », l'ego, qui souhaite devenir plus puissant, qui souhaite devenir divin, vous rencontrerez d'importants problèmes au final. Très rapidement, le « je », la personne qui est inspirée, s'en remet aussi consciemment au Divin, se sent faire partie du Divin, se donne au Divin, invoque la conscience divine pour ressentir l'esprit, le cœur et le corps. Cela peut prendre des formes concentrées de ce qu'on appelle la pratique de la méditation ou cela peut prendre une forme soutenue dans les activités du quotidien au cœur de l'action. Quel que soit le point de départ, toute de notre nature et de notre conscience est au final tourné vers le Divin. Il s'agit du premier mouvement.

Il y a ensuite certaines étapes spécifiques que Sri Aurobindo articule. Ce fondement est décrit comme la purification intégrale du corps. Cette purification n'est pas seulement morale. C'est un bon commencement, mais en soi cela ne change rien fondamentalement. La purification ici sépare les différentes parties de notre nature de leur fonction présente, chaotique et amalgamée. Chaque partie, chaque couche de notre conscience détient sa nature et son travail propre ; chacune est graduellement cultivée à mesure qu'elle s'ouvre pour la conscience divine. Chaque partie, chaque couche doit être libérée de l'enchevêtrement ; la nature humaine est un vaste nœud. Vous dénouez les fils et les retournez vers le Divin. Il y a tout un processus qui est décrit. Nous pouvons participer au yoga ainsi consciemment, partie par partie, travaillant sur chaque chose. Ou alors, nous pouvons prendre un tournant avec notre être qui fait don de soi et s'abandonne au divin. Si cela est fait en suffisance, de manière complète, alors la *Shakti* divine qui nous pénètre commence à faire le travail d'elle-même. Et vous pouvez

---

<sup>6</sup> Etat où les vibrations (*vritti*) du mental inférieur cessent ; l'esprit silencieux.

participer bien sûr. *Elle fait, elle* a la connaissance de faire optimalement ce qui vous a pris des millénaires ; elle peut le faire en quelques années, même en quelques semaines. Cette idée d'abandon à la divine *Shakti* et de la laisser mener le *sâdhana*<sup>7</sup> est un principe soulevé par Sri Aurobindo.

A.S. : Vous voulez dire *shaktipat*<sup>8</sup> ?

S.R. : *Shaktipat* est impliquée ; c'est une partie d'elle en tant que *Shakti* descendante. Mais que se passe-t-il ensuite ? La *Shakti* doit travailler en nous. Lorsqu'elle le fait, vous participez et soutenez ce travail, plutôt que de juste recevoir *shaktipat*, vous sentir bien et aller vous coucher. *Shaktipat* est donc la descente de la *Shakti*, mais c'est quelque chose que vous recevez directement par votre ouverture à la *Shakti*, par l'invocation, l'aspiration, l'appel, à travers la *bhakti*.

A.S. : Alors nous devrions cultiver cette aspiration.

S.R. : Oui, oui, largement.

A.S. : Et défaire plus que faire ? Que pouvez-vous dire de cela ?

S.R. : Le focus sur le défaire est important mais en faire le seul point de focalisation serait une erreur, car ce que nous voulons faire est un développement positif. Dès lors une focalisation sur un processus négatif n'amènera jamais à un développement positif. Au mieux il éliminera des obstacles au développement positif. En principe, dans le yoga, l'énergie principale devrait toujours être orientée vers un développement positif, et un effort secondaire vers l'élimination des obstacles, des barrières et des distortions. Ainsi, le défaire sera toujours un mouvement secondaire au mouvement principal qui est une aspiration positive. Le premier effort est une aspiration qui doit être établie dans toutes les parties de l'être ; le second effort est la purification: retirer les distortions dans chaque partie de l'être. Le troisième effort est l'abandon afin de nous en remettre intégralement aux mains de la divine *Shakti*, afin qu'elle nous emplisse et travaille en nous, effectuant le yoga véritable, la *sâdhana* à proprement parler. Ceci est donc la structure générale.

A.S. : N'y a-t-il qu'une seule aspiration, ou y en a-t-il plusieurs ? Pour moi la seule véritable aspiration est l'aspiration au Divin, mais peut-être que pour d'autres personnes cela ne veut pas encore dire grand chose. Quelle sorte d'aspiration peut-on alors éveiller chez les autres s'ils ne ressentent pas cela ?

S.R. : Si vous regardez la source de toute notre aspiration, vous pouvez dire « j'aspire à cela », « j'aspire à devenir un grand homme d'affaires » ou « un grand scientifique », ou « un grand musicien », mais cela n'est pas la véritable source de l'aspiration ; il s'agit plus d'un concept mental. Si vous allez à la source de l'aspiration, elle trouve toujours ses racines dans l'âme. Et comme notre âme profonde est partie du Divin, son aspiration est toujours en reliance au Divin. Même si j'y donne une forme mentale et déclare : « mon aspiration est de devenir un grand musicien », le concept de « grand musicien » est où je peux manifester la divinité dans la musique. Le véritable sens de l'aspiration est toujours en relation au Divin ; dans la proximité grandissante, dans l'unité, dans la

---

<sup>7</sup> *Sâdhana* : de la racine *SÂDH-* « opérer » -, c'est le cheminement spirituel et la pratique qui y est reliée.

<sup>8</sup> La descente de l'énergie divine.



manifestation du sacré et de la présence divine. Ceci correspond à la plus haute forme de l'aspiration. Mais nous lui donnons des formes mentales et d'autres caractéristiques humaines.

A.S. : Nous devons reconnaître en nos désirs qu'il y a une aspiration sous-jacente quelque part, que nous n'avons pas encore reconnue.

S.R. : Oui. La racine de l'aspiration se trouve toujours dans l'aspiration de l'âme, qui n'est qu'une. C'est ce qui vous a emporté durant toutes ces vies, et c'est le fil unique qui vous porte du matin au jour suivant, et même au-delà.

J.V. : J'ai des questions par rapport à un problème plus collectif. Il y a des gens qui dans ce monde contrôlent déjà les marchés financiers, la vie économique, mais ils veulent aussi contrôler la psyché de chacun en ce monde afin d'empêcher l'éveil de l'être humain... Pour arriver à leur but, ils se servent de toutes sortes de choses qui passent pour anodines et ne sont pas vues pour ce qu'elles sont réellement. Je parle de la technologie, de la nourriture etc, de tout ce qui est mis en place pour embêtiser l'humanité et l'empêcher de s'élever collectivement.

S.R. Et bien il ne s'agit pas de quelque chose de nouveau. A travers l'histoire, il y a eu des pouvoirs, des forces cosmiques dont le travail est d'empêcher l'évolution et de s'opposer à la manifestation divine. Nous les appelons les « forces asuriques ». Elles s'emparent des intérêts humains ; emploient des véhicules humains, si le véhicule humain l'accepte. Dès lors qu'une personne est auto-affirmée de manière innée, qu'elle veut contrôler, posséder et se hisser au dessus des autres, elle devient un outil très utile pour des énergies asuriques. La personne ne le réalise peut-être pas, mais elle est utilisée par un pouvoir bien plus grand qu'elle afin de remplir un objectif différent. Oui, cette bataille entre la conscience divine et les énergies opposées ont toujours été. Nous le voyons dans le monde d'aujourd'hui sous une forme plutôt extrême.

J.V. : Que faire ?

S.R. : Que faire ? Et bien, si on regarde, le conflit externe du monde est en réalité un reflet du conflit interne qui est en nous. Certaines parties de nous résident dans ces énergies asuriques. Nous aimons tous nous sentir puissants, comme exercer notre liberté ou notre pouvoir sur les circonstances, avoir les autres pour servir nos intérêts, n'est-ce pas ? C'est une caractéristique très normale de l'ego humain. Mais il y a un point où l'on dessine une ligne en disant « non, je ne veux pas dépasser la limite où je vais nuire aux intérêts des autres. Je ne veux pas que ma liberté nuise à celle d'un autre », etc. Nous mettons ces limites pratiques, mais les tendances sont là. Et tant que nous n'avons pas dépassé ces tendances en nous-mêmes, leur expression dans le monde est inévitable.

Il y a deux niveaux d'action. Il y a un niveau d'action qui est personnel. Dans le conflit qui est en nous, nous opérons ce changement où la conscience divine nous gouverne complètement, nous refusons tout autre allégeance, et nous devenons le plus complètement possible un véhicule et un instrument pour la conscience divine. C'est la bataille éternelle que nous surmontons. Le deuxième est dans la manière de s'exprimer dans notre vie personnelle, selon les circonstances dans lesquelles on se trouve, les responsabilités que l'on a ; on essaye d'amener ces valeurs pour mener et gouverner tout ce que l'on fait. Peut-être que maintenant vous n'êtes pas banquier, donc vous

n'avez pas de lien à la communauté des banquiers. Mais ce qu'on peut faire dans notre communauté est l'endroit où il faut commencer. Et lorsque suffisamment d'entre nous commencent à opérer ce changement et forment un réseau de conscience, comme on dit, cela créera une pression suffisante pour que ces pouvoirs commencent à perdre leur emprise, et il y aura un changement, une inclinaison dans la balance. Les deux doivent arriver. L'action intérieure et extérieure : les deux doivent se soutenir. Nous ne pouvons pas attendre et dire « tant que je n'aurai atteint une perfection intérieure, je n'agirai pas dans le monde ». Cela ne marche pas comme ça. Le monde est notre espace de *sâdhana*. La vie qui vous est donnée est votre terrain de transformation.

A.S. : Je reviens sur la métaphysique. Alors on pourrait dire, du point de vue de l'Homme, que le but est l'immersion dans la conscience divine. Et alors du point de vue du Divin, comment se fait-il que cette réalité existe ? Quelque part, Dieu est en train d'essayer de se trouver à travers nous et il y a une forme d'aventure divine côte à côte à l'aventure humaine.

S.R. : Lorsque nous disons que le but de l'humanité est l'immersion dans le Divin, cela peut être mal interprété comme s'immerger avec « abandon de la vie », qui est d'ailleurs la perspective de la plupart des traditions existantes. Lorsque vous vous unissez au Divin, vous vous débarrassez du monde et vous vous immergez dans le Divin dans un absolu ou une transcendance de la divinité. Mais les *Veda* - et Sri Aurobindo - considèrent que cela est incomplet. Les *Isha Upanishad* déclarent d'ailleurs que :

*Si tu te perds dans la multiplicité de la vie,  
Alors tu te perds dans la pénombre.  
Mais lorsque tu te perds dans l'unité de la conscience divine,  
Tu te perds dans une pénombre encore plus profonde.*

Cela est étrange, comment se fait-ce ? Sri Aurobindo explique que la conscience divine forme dans sa complétude deux extrêmes, l'unité et la multiplicité. Et pour connaître le Divin complètement il faut connaître ces deux extrêmes complètement. Maintenant, si vous vous perdez dans la multiplicité, la vie va vous forcer à vous éveiller et à vous mettre en quête de l'unité. Mais si vous vous perdez dans l'unité, il n'y a rien pour vous ramener à la multiplicité. C'est pourquoi il s'agit d'une pénombre encore plus grande. Alors, vous ne saurez jamais qu'il y a un autre côté, que vous avez oublié, que vous avez perdu. La *Isha Upanishad* insiste sur une réalisation complète de l'unité et de la multiplicité comme étant également divines. Si vous en faites votre but, faire immersion avec le Divin a maintenant un nouveau sens. Cela ne veut pas dire s'immerger dans une transcendance absolue à l'écart du monde, mais s'immerger dans la totalité du Divin qui inclut le monde également.

A.S. : Donc la forme et le sans-forme réunis.

S.R. : Forme et sans-forme réunis : vous devez les connaître tous deux de manière égale, comme deux extrêmes de l'expression divine. ET : en les transcendant les deux, vous devez les connaître de manière équivalente. Alors vous aurez une réalisation complète du Divin. Si nous nous corrigeons, nous pouvons dire : une complète identification au divin qui inclut à la fois la forme et le sans-forme, et la transcendance. Alors oui, ce serait un but de l'existence. Autrement, il serait une erreur de se perdre dans l'unité, dans un

abandon du monde ; cela ne ferait pas de sens. Nous avons émergé de l'unité pour manifester, et le but est de manifester, pas de réabsorber. C'est donc une différence majeure, même dans la pratique.

Quand nous parlons de rendre le mental silencieux par exemple, il y a de nombreuses traditions qui commencent par cette pratique, mais le but peut varier. Par exemple dans la tradition bouddhiste, on cherche à rendre le mental silencieux afin de s'en défaire, de le tuer, car le but est l'absorption dans l'absolu. Même dans certaines écoles vedantiques, le but de rendre le mental silencieux est de le tuer. C'est le problème.

J.V. : Pensez-vous à Ramana Maharshi ? A l'Advaita ?

S.R. : Dans certaines écoles. L'Advaita est un large éventail, plutôt qu'une école spécifique. Je n'utilise donc pas le terme Advaita, mais seulement des écoles spécifiques comme celle du lignage d'Adishankara<sup>9</sup> dans la forme ou elle est articulée aujourd'hui. On peut relire Shankara dans un sens différent ; c'est une autre histoire. Même dans le bouddhisme, certaines lignées n'ont pas pour but d'éliminer le mental. Il y a donc toujours certaines exceptions. Dans notre cas, le but est de le rendre silencieux afin d'ouvrir notre esprit à une cognition plus élevée, qui emploiera ensuite le mental pour s'exprimer. Entrer dans le silence est un moyen de transcender ses limitations et de le perfectionner dans un nouveau moule. Apprivoiser le silence peut donc être une première étape commune, mais le but est ensuite fort différent. De la même manière, lorsque j'ai parlé du nœud de la nature humaine, tous ces fils des différentes parties, fonctions et couches de la conscience ; ils sont tous emmêlés dans un magma. Dans de nombreuses traditions yogiques telles qu'elles sont enseignées aujourd'hui, le but est de couper le nœud de la nature, afin que l'âme puisse être libérée pour s'immerger dans l'Absolu. Mais Sri Aurobindo n'insiste pas tant sur cette coupure du nœud, mais bien plutôt sur le fait de *dénouer* le nœud. Tous les fils peuvent alors être ordonnés en un beau tapis tissé qui manifeste la divinité.

J.V. : Réorganiser.

S.R. : Réorganisé, transformé. Chaque partie en nous porte en réalité la graine du potentiel divin. L'esprit est un véhicule de la connaissance, pas pour acquérir des connaissances, mais pour les exprimer. Ainsi il sera transformé en un esprit divin. Et dans cette cognition élevée, nous aurons la connaissance, mais la faculté inférieure de l'intellect sera employée comme un moyen d'expression. Quant aux autres parties du cœur, des émotions, même du corps et des couches du corps, elles sont des fonctions subtiles avec certains potentiels qui expriment certains aspects de la divinité. De manière générale, la Mère<sup>10</sup> a observé que l'esprit doit devenir un véhicule de la connaissance parfaite, que l'énergie vitale doit devenir un véhicule du pouvoir divin, que le corps doit devenir un véhicule qui manifeste la beauté divine, et notre âme un véhicule pour l'amour divin. La connaissance divine, le pouvoir divin, la beauté divine et l'amour divin sont les quatre larges facettes de la manifestation divine dans la vie.

---

<sup>9</sup> Aussi appelé Shankarâcârya, un penseur advaitique du 8<sup>e</sup> et 9<sup>e</sup> siècle, et qui a des disciples encore aujourd'hui. Il a eu un impact très important sur le vedânta à travers ses enseignements non-duels radicaux.

<sup>10</sup> Mirra Alfassa, compagne spirituelle de Sri Aurobindo.

Alors, pour en revenir à votre question, lorsque nous disons immerger dans le Divin : nous immergeons de cette façon, en incluant tout de notre âme et de notre nature au Divin, dans son essence et dans sa forme. L'être humain est comme un microcosme issu de ce macrocosme. Donc nos corps, nos esprits s'immergent dans la perfection Divine, comme notre âme s'immerge dans l'identité avec la conscience divine. Nous avons ensuite des manifestations divines et nous sommes véhicules du Divin pour qu'il se manifeste de lui-même.

Cela nous amène à la question du pourquoi. Pourquoi l'univers est-il né, et comment et pourquoi sommes-nous ainsi. Voyons ceci des deux niveaux par lesquels nous pouvons observer ; du niveau plus élevé, l'univers ne subit jamais de naissance séparée. Dans l'unité de la conscience divine est liberté infinie, potentiel infini de toutes les possibilités qui peuvent être conçues. Cela est décrit comme *brahman*. Et toutes ces possibilités existent sans limitation de temps, d'espace ou de forme ; tout existe dans l'unité de *brahman*. Le monde est déjà là, mais non manifesté. Lorsque la conscience divine se concentre sur ces possibilités et en met certaines en avant, les souligne, et les met en relation les unes avec les autres, alors apparaît dans l'unité de la conscience divine la formation des relations, de l'espace, du temps et de la forme, et de ces possibles infinis. Et lorsque qu'il se concentre sur ces relations, les objectifie dans sa propre conscience, nous voyons l'émergence de l'univers.

Où est-ce que l'univers prend forme ? Dans le Divin. Parce qu'il n'y a rien d'autre que lui. De quoi est-t-il fait ? Du Divin lui-même. Qu'est-ce qu'il exprime ? La volonté divine, l'intention divine, la joie divine de l'auto-découverte. Tout cela, ce monde magnifique, ces galaxies magnifiques et ces planètes, forêts, montagnes, animaux et être humains sont des ondulations dans l'unité du Divin, qui rêve de ces choses et joue avec les possibilités comme un moyen d'exprimer sa joie dans l'auto-exploration. C'est la vision du plus élevé. Bien sûr, lorsqu'on entre dans le phénomène, on expérimente la différenciation, la séparation. Où est le Divin ? Je ne vois pas le Divin ! Vous ne réalisez pas que toute substance est faite en essence de la substance divine, car il n'y a rien d'autre que le Divin. Et vous êtes entrés dans une expérience où vous avez fait le choix d'oublier votre unité, afin de faire l'expérience de ce monde objectifié. Chacun d'entre nous, en son âme, est le Dieu unique, le même Divin qui est arrivé dans cette pièce, cette dramaturgie, afin d'expérimenter chacune de ces parties dans ses extrêmes, jusqu'au point même de la perte de soi, d'oublier qui on est, afin de pouvoir profiter du jeu pleinement. Imaginez une pièce de théâtre, une tragédie où le metteur en scène, le créateur de l'histoire y pénètre, s'identifie aux parties, oubliant qu'il est en réalité libre de modifier l'histoire.

Dès lors, vous ressentez la vie d'une part, qui est la "victime" de l'histoire, assujettie aux circonstances. Vous vous retrouvez à combattre l'univers. Derrière se trouve la connaissance secrète que nous sommes ceux qui ont créé cela, qui ont choisi cela, et nous y sommes entrés pour vivre l'expérience. C'est pourquoi instinctivement réside en nous cette aspiration à maîtriser nos circonstances, d'être libres des choses, d'être capable de créer des choses qui n'existent pas. Tous ces instincts proviennent de nos profondeurs, de cette source qui sait en secret que nous sommes « Dieu ». En réalité, toutes les distorsions de la nature humaine sont le reflet d'une vérité profonde.

Par exemple le désir : « Je veux toujours plus, je veux tout ». C'est un reflet dans l'ego de la véritable maîtrise que nous avons quand nous sommes dans l'unité avec Dieu. Nous « possédons » tout l'univers car nous sommes un avec lui. L'ayant oublié, nous croyons être une petite pièce, mais la mémoire secrète se réfléchit dans cette petite pièce et dit

qu'elle veut conquérir tout l'univers. « Je veux que l'univers soit mien. Je veux être le centre de l'univers ». Ça n'est pas vrai dans l'ego, mais c'est vrai dans le Soi. Et ainsi de suite : vous pouvez prendre n'importe quelle tendance de la nature humaine : la jalousie, la fierté, la critique, la colère. Quoi que vous voyiez, c'est simplement une distorsion de quelque chose qui est par essence une vérité dans le Soi. Et lorsque ces distorsions de la nature humaine seront graduellement libérées, les fils seront dénoués, et chacun d'entre eux mènera à la source divine, et le divin les remplit. Nous exprimons actuellement la vérité du Soi, mais sous la forme d'un centre individuel. Chacun d'entre nous est un divin complet dans un centre individuel ; tout l'océan dans une goutte. Et il y a la possibilité du jeu qui nous est insignifiante aujourd'hui. Tout un chacun étant un avec le tout, se connaissant les uns les autres intimement dans notre unité, mais jouant avec la différence : c'est le véritable sens de *lîlâ*<sup>11</sup>. Avez-vous entendu ce mot, *lîlâ* ?

J.V. : Oui, le jeu.

S.R. : Oui. On lui a donné une forme très distordue tel que « oh oui, tout n'est qu'un jeu divin, alors ne t'en fais pas ». En tant que tel, le jeu divin n'est pas entièrement dévoilé ; cela reste un jeu caché. Lorsqu'il est dévoilé, il pourra alors y avoir une expression consciente de la divinité dans chaque centre. Dès lors, la véritable forme du jeu se révélera et cela sera un jeu d'auto-découverte de l'extase divine. C'est pourquoi à la source de l'univers il y a l'auto-exploration divine. C'est pour connaître ses possibilités infinies dans sa joie que l'univers a commencé. Maintenant, il prend une forme des plus extrêmes dont chacun d'entre nous est un participant, créé avec égalité, afin de voir la possibilité de manifester des expériences infinies que nous ne pouvons même pas imaginer aujourd'hui. Ceci est la direction de l'évolution.

J.V. : Y a-t-il des exemples concrets en chair et en os pour nous inspirer, car les critères sont très élevés. Vous parlez vraiment d'un haut niveau !

S.R. : Déjà, si vous regardez la nature de l'imagination humaine : lorsque nous pensons de manière idéaliste, tout va dans cette direction. Considérez par exemple les formes à travers lesquelles l'esprit moderne cherche des possibilités futures ; X-men, si vous connaissez la série.

A.S. : Nous ne sommes pas « familiers » mais nous savons que cela existe. (Rires)

S.R. : Vous avez vu les films : X-men, Superman, Spiderman, Batman ; ils sont humains dans la forme et sont capables d'exprimer des pouvoirs qui sont au-delà des humains, mais ils restent ego-centrés. C'est ainsi que l'esprit peut concevoir quelque chose de plus grand que lui : il exagère. Imaginez s'il y avait une conscience divinisée, et qu'il n'y avait plus l'ego personnel mais seulement une expression libre de la divinité et de ses pouvoirs exprimés librement dans cette conscience. Vous voyez ainsi comment ces exagérations représentent une forme distordue de ce qui est en fait un potentiel futur. Tous cela pointe le doigt vers un nouveau niveau d'évolution humaine. Sri Aurobindo va jusqu'à dire : « une nouvelle espèce d'humanité ».

Parce que cela sera vécu de la conscience, qui est si différente de l'intellect, tout comme l'intellect est différent de l'animal. Alors donc, une nouvelle espèce d'humanité capable

---

<sup>11</sup> Le jeu naturel Divin dans ce monde.

d'exprimer la conscience et de réaliser des choses qui nous semblent impossibles à l'heure actuelle émergera.

Que ferait une personne si elle avait accès à toute la connaissance ? Si vous aviez le pouvoir de modeler la matière, qu'en feriez-vous ? L'être humain pense « Oh mon Dieu, je vais dominer le monde ». Oui, mais cette conscience n'a pas besoin de dominer le monde, elle est déjà un avec le monde, n'est-ce pas ? Alors que feriez-vous ? C'est très difficile de concevoir ce que nous ferions, tout comme il est difficile pour un singe de savoir ce qu'il ferait avec un intellect. Un être humain prend un livre, le lit, et le singe le regarde : « Mais que fais cette créature avec ses feuilles blanches avec des marques noires ? ». Et l'être humain le regarde et rit et pleure. Alors, le singe prend une feuille, la regarde et pleure et dit : « Tu vois, je suis humain ».

Vous pouvez imitez une forme, mais pas une expérience humaine. Une des caractéristiques de cette nouvelle conscience, car elle est déjà infinie, - la conscience supramentale est infinie - est d'expérimenter l'univers sans la dualité. La dualité émerge quand la conscience est limitée ; cela divise la réalité en bien et mal, en positif et négatif, en chaud et froid, en plaisir et souffrance, etc. Mais la conscience qui est au-dessus de ce genre de division expérimente seulement le spectre de lumière et n'a pas d'expérience de la dualité ou de l'ignorance. Son expérience de l'univers est quelque chose de différent. Et cela permettra d'expérimenter le monde et même de créer des choses dans le monde qui seront basées sur cette conscience. On en est encore loin. Entre deux, il y a toutes les étapes qui nous sont accessibles dans cette direction. On remarque déjà les prémices de cette direction.

A.S. : Vous soulevez alors la non-dualité, mais non dogmatique.

S.R. : L'expérience de la non-dualité dans la vie, dans la forme.

A.S. : Ce qui importe est l'expérience de la non-dualité.

S.R. : Dans le domaine de la forme.

J.V. : Ça n'est pas pour critiquer, mais juste un exemple. Nous avons un jour montré une courte vidéo sur Ramana Maharshi à nos étudiants. Il n'avait que très peu de possessions : son lungi, un pot et un bâton. L'une de nos étudiantes a déclaré de façon très spontanée que cet homme n'est pas un exemple pour nous : « Regardez ce qu'il fait à sons propre corps », a-t-elle dit, voulant dire qu'il négligeait son corps physique. Et il y a quelque chose de vrai là-dedans aussi. Bien sûr il reste l'un des saints indiens les plus remarquables.

S.R. : Il faut comprendre que chacun de ces sages sont venus avec un but spécifique. Ramana Maharshi n'est pas venu avec la mission d'être un exemple de comment vivre sa vie. Il est venu avec la mission de démontrer qu'il est possible de vivre dans le Soi tout en étant en vie. Limité à cet objectif, il en est un exemple parfait. Il est possible de vivre dans le Soi tout en faisant tout normalement. Non seulement il en était l'exemple vivant, mais il devait en marquer la conscience humaine. Même s'il n'avait vu personne, même s'il n'y avait pas eu d'écrits à disposition, pas de photographies, sa mission aurait été accomplie. Il y a de nombreux *rishi* comme lui, beaucoup de yogis, dont le travail est fait dans le silence. Personne ne les connaît. Mais ils laissent une empreinte de certaines

possibilités de la conscience dans la conscience collective de l'humanité pour assister à l'évolution. Son but n'était pas de démontrer comment vivre sa vie. C'est un thème différent. Mais nous reconnaissons les choses pour lesquelles il est venu et pour lesquelles il fut un excellent exemple. Nous avons d'autres exemples dans la tradition du Roi Janaka, considéré comme un des exemples de vie les plus remarquables. Et il vivait dans le Soi. Tout en étant immergé dans le Soi, il a pris la responsabilité complète de tout le royaume et des lois en tant que grand monarque.

A.S. : Vous parlez du roi Janaka du Râmâyâna ?

S.R. : Oui. Cela correspond à un exemple de la tradition de comment mener sa vie. Il y a de tels personnages. Il faut regarder ce que représente la personne dans son travail.

A.S. : Ce qui signifie quelque part que chacun d'entre nous manifeste une qualité unique du Divin. Si Ramana le fait, j'imagine que nous aussi.

S.R. : Absolument.

J.V. : D'une certaine manière...

A.S. : D'une certaine manière, oui ! (rires)

S.R. : L'image que j'emploie est la suivante : Considérez le Divin comme un point du soleil et comme ses rayons. Combien de rayons y a-t-il ? Entre deux rayons, vous trouverez une infinité de rayons. Chaque rayon émane de la même source. Chacun est dans la même lumière. Mais chacun pointe vers une direction unique. Deux rayons ne se toucheront jamais. Ils ne se croiseront jamais. Et ils sont en harmonie parfaite les uns avec les autres, étendus adroitement, parfaitement alignés, en relation aux autres. Le voyage de notre âme à travers les vies est ainsi : chacun d'entre nous est un rayon. A chacun correspond une ligne de développement unique, et pas deux parmi nous n'aura jamais la même ligne. Nous nous rencontrons, nous interagissons, nous nous nourrissons les uns des autres, grandissons ensemble, mais il y a une singularité en nous qui sera là tout au long du parcours. Mais nous manifesterons toujours la même unicité. Lorsque vous manifestez cette unicité, et je le fais aussi, nous n'entrons jamais en conflit, cela sera toujours en harmonie parfaite, car l'unicité elle-même a choisi de s'aligner dans l'harmonie.

J.V. : Il y a une forme de reconnaissance aussi.

S.R. : Exactement.

A.S. : Cela signifie que nous ne pouvons pas nous imiter les uns les autres, que nous devons devenir autonomes.

S.R. : Vous pouvez imiter comme une manière d'apprendre, échanger des expériences fertiles, mais vous resterez toujours unique, même dans votre imitation.

A.S. : Pour vraiment prendre la responsabilité de notre unicité, cela implique de penser de manière indépendante.

S.R. : C'est la voie souhaitée par l'ego ; « J'ai besoin d'établir ma distinction ». Mais en suivant la voie du yoga, au lieu de tenter d'établir votre distinction, vous essaieriez plutôt de lâcher ces distinctions, et de trouver votre aspiration la plus profonde, le centre de votre être. Et à partir de là, d'exprimer spontanément qui vous êtes.

A.S. : Cela signifie-t-il que l'unicité véritable n'est possible que si elle est combinée à l'unité ? Qu'autrement cela vient de l'ego ?

S.R. : Dans les âmes, l'expression spontanée de soi-même est votre singularité. L'ego va distordre cela. Cela est possible pour l'ego d'établir la singularité, mais elle sera artificielle, fautive ; un masque. « Juste parce que tu fais ceci, je ne devrais pas faire la même chose ». Je me trahis alors pour être différent. Cela n'est pas la nature de l'âme. L'expression spontanée de l'âme peut même apparaître comme similaire à la vôtre, mais elle sera similaire différemment, car la conscience est différente, la façon dont elle voit est différente. La forme peut être similaire, ça ne fait rien. La vérité réelle de l'individualité est l'expression du *svadharma*<sup>12</sup> et du *svabhava*<sup>13</sup> de l'âme, qui est vraiment unique. Sa nature innée, sans sens inné de sa mission. Et elle n'a pas besoin d'établir sa singularité, elle l'est implicitement. Les âmes fleurissent simplement afin de devenir qui elles sont, et elles sont spontanément distinctes, même si elles sont similaires en apparence, n'est-ce pas ?

A.S. : Comme les êtres humains sont souvent assez égarés, ils essaient d'être comme les autres. Ils cherchent à se conformer, à appartenir.

S.R. : Dans notre pérégrination du développement et d'éveil, toutes ces choses sont acceptées comme des moyens aidants. Quand vous allez à l'école, vous êtes censés apprendre les mêmes disciplines que les autres, vous devez lire les mêmes livres même si, intérieurement, vous les appréhendez d'une manière différente, en pensant différemment, n'est-ce pas ? Quelque soit donc l'uniformité que vous vous imposez à l'extérieur, cela ne change rien fondamentalement. Nous appréhenderons toujours les choses de façon unique. Il n'y a rien de mal à imiter et suivre les autres, car même lorsque nous tentons d'esquisser quelque chose de spécial, dans l'acte même de tenter d'exprimer quelque chose de particulier, notre conscience qui est différente interprète et la moule de sa façon propre et unique. Vous ne pouvez jamais avoir une réplique exacte, il y aurait alors identité et elles s'immergeraient l'une dans l'autre.

A.S. : Alors l'unicité *est* et nous n'avons rien à y refaire. Cela se passe simplement.

S.R. : L'idée est d'être vrais et spontanés dans votre unicité. (Pause). Eh bien, nous avons été très philosophiques et métaphysiques aujourd'hui ; j'espère que c'est ce que vous attendiez !

A.S. : Oh oui c'est bien ! Ce que j'entends aujourd'hui est que, ultimement, tout a sa propre place et tout est réintégré. Nous ne devons pas nous battre avec les choses, mais plutôt apprendre ce qui pousse depuis l'arrière et qui vient du Divin. En le reconnaissant, il n'y a plus rien à éliminer.

---

<sup>12</sup> « Mission » ou « tâche » à accomplir pendant une vie, selon le karma, la génétique et la constitution psychique. Ce qu'une personne est supposée accomplir dans sa vie.

<sup>13</sup> « Saveur » personnelle, ou humeur, expression vibrationnelle personnelle.



Maintenant, si vous me permettez également, je voudrais revenir sur les tendances inférieures. Vous en avez parlé plus tôt dans la discussion, en disant qu'elles sont en fait des distortions du Soi. Je peux le comprendre concernant le fait de vouloir être tout puissant, par exemple. Tous les pouvoirs viennent de Dieu, et l'ego veut les empoigner comme si c'était les siens. Mais vous avez aussi parlé de la jalousie, et c'était moins clair. Comment la jalousie peut-elle avoir des origines dans le Divin ?

S.R. : C'est un reflet distordu de la vérité divine. Si vous regardez l'essence de la jalousie : je vois que vous faites quelque chose et je me sens jaloux car je ne peux le faire. A la source de la jalousie, il y a l'idée « je devrais être capable de faire ce que tu fais ». A la racine, il y a le besoin de devenir plus complet, plus parfait, et un exemple à l'extérieur qui est plus grand que moi me force à m'éveiller au besoin de grandir. Si vous observez vers quoi la jalousie vous pousse, vous constatez qu'elle vous force juste à vous développer, à rattrapper les possibilités que vous avez déjà en vous. Si je n'avais pas la possibilité en moi, et que je vous voyais faire quelque chose, je ne serais pas jaloux. J'imagine que si vous pouviez faire un saut-périlleux avec un salto arrière, je vous regarderais en me disant « Ouah, c'est incroyable ! ». Mais je ne me sentirais pas jaloux, car ça n'est pas mon intérêt. Mais si vous faites quelque chose dont je suis capable, potentiellement, mais dont je n'ai pas développé la capacité, alors je me sentirais jaloux. Car la capacité en latence est titillée, elle est provoquée.

A.S. : Je comprends maintenant. C'est une manière très positive de voir les choses.

S.R. : C'est en fait une manière de voir le positif de chaque chose qui constitue l'univers, y compris ces soi-disant forces asuriques qui s'opposent à la volonté divine, cherchant à ralentir l'évolution et l'empêcher. Si vous les considérez dans le sens véritable, elles n'ont pas d'existence séparée du Divin. Elles sont aussi faites de la substance divine. Dans la libération complète de la manifestation divine, il y a aussi la liberté d'opposer la volonté divine, autrement elle ne serait pas vraiment libre, n'est-ce pas ? Un pays n'est pas vraiment libre lorsqu'il n'y a pas le droit de remettre en cause la constitution et les dériégants. Dans la liberté totale de la manifestation divine, la force, la partie qui choisit d'expérimenter l'opposition à la volonté divine est l'*asura*. Mais c'est une partie du Divin qui choisit d'expérimenter cela. Quel autre but sert-il que l'expérience de la liberté ? Il sert aussi à rendre parfait. A chaque fois que quelque chose évolue, est partial et non parfait, les forces de l'opposition arrivent et le frappent. Et elles ne frappent pas lorsqu'il est fort ; elles frappent lorsqu'il est faible, et elles brisent. Et cette chose réalise : « Oh, voici ma faiblesse ». Cela la renforce et elle revient sur un plan plus élevé avec une plus grande force, plus de perfection. Cette force cherche ensuite la faiblesse suivante et met le doigt dessus. Ces forces appelées asuriques servent à tester les différentes étapes de l'évolution afin de les forcer à se perfectionner, à focaliser leur attention sur les points faibles qui ont besoin d'être parachevés. Ainsi, ils servent la volonté divine également. La Mère a fait ce commentaire : « Il n'y a pas de forces hostiles ». Elle emploie le terme de « détecteurs » ; leur travail est de vérifier si ce que vous avez fait est parfait.

J.V. : Mais Sraddhalu, cela a créé tellement de souffrance dans ce monde ! Cela a créé des guerres, cela a créé de la haine. Je parle de la situation présente. Souvent nous pensons que c'est de l'ordre du hasard. Mais tout cela est créé intentionnellement, bien que très peu de monde le sache. Je suis un homme assez sensible ; une partie de moi-même peut être convaincue par ce que vous dites, par ce que disent Sri Aurobindo et la Mère, mais

une autre partie de moi voit toute cette souffrance. La faim des enfants qui n'ont pas de riz, rien ! Lorsqu'ils meurent les parents en souffrent tant. Des villages entiers sont anéantis. Alors je dis « quel est donc le sens à tout cela ? ». Je peux comprendre ce que Bouddha disait sur les êtres humains qui deviennent malades et meurent, nous expérimentons la séparation et la mort, mais cela correspond à une souffrance naturelle. Elle suffit, pas besoin d'en rajouter ! C'est donc une grande question existentielle pour moi que nous créions encore plus de souffrance qu'il n'y en a ! Cela est créé par ces quelques poignées de personnes...

S.R. : Eh bien, vous devez donc faire tout ce chemin pour blamer le Divin. Parce que le Divin a permis un univers où tant de souffrance est possible, n'est-ce pas ? Dans la tradition chrétienne, lorsque vous posez la même question, vous arrivez à la conclusion que Dieu est pervers, qu'il permet la souffrance, qu'il condamne les hommes à l'enfer. Il y a encore plus de souffrance alors car il nous faut obéir à des règles mises en place par quelqu'un. Mais tout cela est résolu lorsque vous reconnaissez que la conscience divine qui crée l'univers n'est pas séparée de l'univers, elle fait un avec lui. Dès lors, celui qui souffre, qui prend la charge du fardeau est le Divin lui-même. On peut voir ça sur deux différents niveaux. D'abord, nous voyons le Divin en unité avec l'univers. Il souffre et a permis la manifestation d'un univers avec la liberté totale comprenant la possibilité d'une telle souffrance. Et lorsqu'il s'exprime, il est celui qui porte le fardeau de la souffrance. Lorsqu'un enfant souffre de la faim et la douleur, c'est le Divin dans la substance du cœur et de l'esprit de l'enfant qui prend la charge du fardeau de souffrance. Ce qui nous effraye dans la souffrance est le Divin lui-même. Parce qu'il est là, malgré la souffrance, l'humanité surmonte les épreuves et avance. Nous n'abandonnons pas, car il porte notre fardeau. C'est le concept de *Nilakantha*, ou Shiva prenant le poison du monde, le buvant et le gardant dans sa gorge. Lorsque le poison est relâché dans le monde et le brûle, Shiva le boit et le garde dans sa gorge. Il prend notre souffrance sur lui. Sa gorge devient bleue de douleur et de paralysie produite par le poison. Alors le Divin nous épouvante; c'est le premier niveau.

Ensuite, il y a l'autre côté : pour la personne qui est dans la souffrance, l'âme ne le perçoit pas comme « souffrance ». L'âme n'expérimente pas la souffrance comme le corps l'expérimente. Pour l'âme, c'est similaire à ce qui se passe quand on regarde une pièce de théâtre. Dans la pièce, il y a ce personnage qui est mis à l'épreuve d'une intense agonie ; et le comédien joue cette peine et cette souffrance. L'audience pleure en regardant le comédien. Lorsque la pièce est finie, nous applaudissons avec grande joie, quelle belle performance ! Et le comédien songe « j'ai donné une belle performance aujourd'hui », et en est heureux. Vous voyez, il y a un autre niveau. La souffrance est un phénomène à la surface ; au niveau de la conscience véritable en chacun de nous, nous n'enregistrons pas de la souffrance, nous enregistrons l'évolution par l'expérience qui transcende le concept humain de « souffrance ». Vous choisissez délibérément de regarder une tragédie et ensuite vous applaudissez avec bonheur à la manière dont elle a été interprétée et à combien vous avez souffert à la regarder, toutefois ça n'était pas une souffrance dans le sens normal, car à l'intérieur vous êtes libres. Vous avez expérimenté les couleurs de la douleur, de la souffrance, de la perte etc., mais sans jamais réellement perdre, sans être véritablement consumé par la douleur. C'est l'idée de la catharsis. C'est ce qui se produit réellement au niveau de notre âme. Concernant l'âme de l'enfant, c'est une expérience fascinante. Le corps souffre. Si nous pouvions libérer, éveiller l'âme à la liberté dans l'esprit, dans les énergies de la vie, et même dans le corps, la même chose serait expérimentée de manière très différente. Lorsque Ramana Maharshi eut une

tumeur et que les médecins voulaient la retirer, il a dit « vous pouvez la couper, mais sans anesthésie ».

J.V. : Sans anesthésie ?

S.R. : Non. Il était assis là et le médecin effectuait l'opération sur lui. Après un moment, les disciples qui souffraient ont demandé à Maharshi : « Ne souffres-tu pas ? ». Maharshi a répondu très tranquillement : « Il y a de la douleur, mais pas de souffrance ». Vous voyez la différence. Le corps en tant que partie de la machinerie du système nerveux fait l'expérience de la douleur. Mais la conscience est libre. Nous souffrons donc à cause de la portée limitée de notre conscience. Lorsque la conscience s'étend dans la vastitude, les mêmes choses sont enregistrées d'une manière très différente.

Je vous donne un exemple. Un enfant joue avec un couteau et se coupe : il va beaucoup souffrir. Mais le même enfant jouant au football ou au basketball qui tombe sur un autre enfant et se coupe dans la chute ne va même pas réaliser qu'il s'est coupé. La coupure fait même partie de l'excitation. La conscience est élargie et gère ce phénomène de manière très différente. Ça n'est pas pour justifier la souffrance et les circonstances. C'est juste pour montrer que au niveau de la conscience, et de l'âme, et du Divin, le tout est très différent. Nous devons accepter que la situation est un passage à quelque chose de plus grand. Nous allons faire notre maximum à chaque étape pour minimiser la souffrance, mais la douleur est parfois donnée par la vie comme un moyen nécessaire pour s'éveiller et grandir. Même les guerres servent à nous donner des leçons. A cause de certaines choses passées que nous avons vues et dont nous avons souffert, nous faisons en sorte que ces choses ne se reproduisent plus jamais. Aujourd'hui, nous sortons des sentiers battus afin de créer de nouvelles formes et structures, de nouvelles organisations, de nouveaux systèmes de service aux autres afin que cela ne se produise plus. Nous ne l'aurions pas fait sans cela. Dans ce sens, tout est employé pour l'évolution, néanmoins tout n'est pas nécessaire. La souffrance n'est souvent pas nécessaire. Mais étant là, elle peut également accélérer un éveil. Nous avons une sensibilité, vous avez dit que vous êtes sensible.

J.V. : Oui.

S.R. : Les choses vous affectent plus profondément. Naturellement, comme faisant partie de notre développement spirituel, la sensibilité grandit, car nous devenons conscients. Du moment que vous devenez conscients, vous ressentez plus, plus intensément, plus profondément. Vous savez plus, vous expérimentez plus. Comme première étape dans un cheminement spirituel, il y a un accroissement de la sensibilité, mais cette sensibilité devient une faiblesse car notre force et notre capacité ne se sont pas accrues. Le fait de souffrir de sensibilité indique donc quelque chose. Cela soulève un manque, que nous devons faire grandir notre force et nos capacités. Notre conscience, au lieu d'être cette petite personne, maintenant plus sensible, doit grandir afin de devenir cette conscience élargie, vaste, libre. Avec la même sensibilité, vous réaliserez que vous pourrez gérer les situations différemment. Lorsqu'un enfant pleure, qu'il tombe, qu'il a mal et pleure, vous pourriez pleurer aussi « Oh pauvre petit, il souffre tellement ! » Mais en tant qu'adulte, vous dites « Oh ne t'en fais pas » et vous faites ce qu'il y a à faire et vous ne commencez pas à pleurer, car votre conscience est plus vaste. Cette situation est minime ; vous pouvez la gérer. Quand l'expérience dépasse votre conscience, cela devient difficile. Lorsque votre conscience est plus vaste que l'expérience, vous pouvez la gérer.

Dans le cheminement spirituel, après cette première étape de la sensibilité, vous devez travailler à vous élargir et à vous fortifier avec conscience, en approfondissant la base de l'égalité, même dans vos nerfs, même dans la conscience physique, de même que dans l'esprit et le cœur. Ensuite, nous pouvons embrasser le monde tout entier, voire même soulever le fardeau de souffrance du monde si nécessaire, l'amenant à quelque chose de positif, de beau, qui change les circonstances. Ceci fait aussi partie de notre *sâdhana*.

A.S. Merci beaucoup de nous avoir consacré ce temps. C'est si inspirant de vous écouter !

*Propos recueillis par Anoula Sifonios et Johan Vermeylen,  
le 26 décembre 2015, Pondichéry*

*Traduction Aude Flückiger*

*Texte intégral,  
extraits publiés dans Infos Yoga n° 117, mai-juin 2018*